

Ежедневное меню СПДС «Солнышко»
ГБОУ СОШ с.Нижнее Санчелеево

на 18 февраля 2025 года

День недели: **ВТОРНИК**

Неделя: **вторая**

Сезон: **осенне-зимний**

с 3 до 7 лет

№ реп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	ЗАВТРАК		
	Каша вязкая молочная «Дружба»	180	178,901
	Кофейный напиток	180	92,004
	Батон с шоколадным маслом	20/5	79,451
	Всего за завтрак	355	205,496
	2-Й ЗАВТРАК		
	Сок	180	40,277
	Всего за 2-й завтрак	180	40,277
	ОБЕД		
	Салат из отварной свеклы	50	1,832
	Щи из квашеной капусты со сметаной	200/5	47,3
	Рыба тушеная с овощами	70/20	56,343
	Пюре гороховое	100	123,52
	Кисель	180	76,693
	Хлеб пшеничный	30	42,866
	Хлеб ржаной	50	69,353
	Всего за обед	705	576,754
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		
	Кондитерские изделия	40	
	Салат «Зимний»	50	42,654
	Макароньы отварные с маслом	180	161,605
	Хлеб пшеничный	30	
	Чай	150	60,46
	Всего за полдник	450	253,547
	Всего за день	1690	

День недели: ВТОРНИК

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

с 1 до 3 лет

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	ЗАВТРАК		
	Каша вязкая молочная «Дружба»	150	170,8
	Кофейный напиток	150	92,004
	Батон с шоколадным маслом	20/5	79,451
	Всего за завтрак	325	205,496
	2-Й ЗАВТРАК		
	Сок	150	40,277
	Всего за 2-й завтрак	150	40,277
	ОБЕД		
	Салат из отварной свеклы	40	39,460
	Щи из квашеной капусты со сметаной	150/5	129,323
	Рыба тушеная с овощами	60/20	161,605
	Пюре гороховое	80	76,693
	Кисель	150	42,866
	Хлеб пшеничный	20	69,353
	Хлеб ржаной	40	576,754
	Всего за обед	565	
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		75
	Кондитерские изделия	40	
	Салат «Зимний»	50	46,292
	Макароны отварный с маслом	120	161,605
	Хлеб пшеничный	20	253,547
	Чай	150	60,46
	Всего за полдник	380	290,335
	Всего за день	1420	